**Консультация для родителей на тему:**

**«Этот опасный подростковый возраст»**

 **Этап первый – 10-13 лет: «ОСТАВЬТЕ МЕНЯ В ПОКОЕ!»** Подросток в этот период переживает гормональную перестройку организма. Он быстро утомляется, ему часто хочется побыть одному. Но в это же время необходимо закрепить за собой авторитет, ведь от того, как он покажет себя, зависит его «статус» в среде сверстников. Значит необходимо бывать «на людях». И что же происходит?
 Желание одиночества и невозможность этого приводит к конфликту в душе подростка - он капризничает, становится раздражительным, может обронить резкое словцо. Свободное время он проводит не как раньше - с родителями, а в компании друзей. Авторитет какого-нибудь Миши становится важнее, чем мнение отца.
 ***Типичная ошибка родителей***. Многие мамы и папы заставляют подростка бросить компанию сверстников, навязывают свое общество и доказывают, что «Миша двоечник и хулиган», могут и накричать в порыве эмоций. Стоит ли удивляться, если подростка после этого дома будет не найти, а убежденность в том, что «друг Миша» лучше папы (хотя бы потому, что во всем его понимает), только укрепится.
 ***Что делать?***Не предпринимайте ничего!
Успокойтесь, этот этап благополучно пройдет, если родители перестанут смотреть на подростка как на маленького ребенка и научатся уважать его мнение и прислушиваться к нему, перестанут делать выговоры и унижать его друзей. Неплохо в этой ситуации пригласить домой его приятелей. По крайней мере, вы сможете составить о них какое-то мнение.

 **Этап второй - 14-15 лет:** **«НЕ УЧИТЕ МЕНЯ ЖИТЬ!»**

 Гормональный фон постепенно выравнивается, но появляется переизбыток энергии, который срочно нужно куда-то девать. Подросток в этом возрасте живет по принципу «сила есть - ума не надо». Столь же прямолинейна и его логика, он делит мир только на «хорошее» и «плохое». В «хорошее» попадает то, что ему по душе - прогулы школы, курение, мат, выпивка и бесшабашные компании. Так жить весело и «стильно». Кроме того, ему кажется, что, не подчиняясь воле родителей, он «сохраняет» чувство собственного достоинства». В категорию «плохого», увы, часто попадает все, что касается скучных взрослых - любое слово родителей и учителей воспринимается в штыки.
 ***Типичная ошибка родителей***. Взрослые думают, якобы послушания можно достичь нравоучительными беседами о том, «что такое «хорошо» и что такое «плохо». Но вопреки этому подросток становится еще более неуправляемым. И тогда родители совершают непростительное: кричат и бранятся. В результате чадо уходит из семьи, начинает ненавидеть мать и отца, либо, следуя принципу «вы считаете меня плохим, и я им буду», пускается во все тяжкие.
 **Что делать?**

 Очень важно понять: перед вами почти сформировавшаяся личность. Первым этапом диалога с сыном или дочерью должен быть разговор в спокойной обстановке. Вы должны сказать, что он (она) уже не ребенок, поэтому отныне отвечать за свои поступки будет, как и любой другой взрослый. Подворовываешь деньги? Что ж, эта сумма будет вычтена из твоих карманных расходов. Не пришла к определенному часу с дискотеки - в другой раз доверия к себе не жди.

Тон разговора должен быть спокойным и деловым. Уделите должное внимание тому занятию, которое больше всего по душе подростку в этот период. Быть может, он пишет стихи, любит кататься на роликах, неплохо рисует или играет в шахматы. Почему бы не начать развивать в нем эти задатки, предложив позаниматься в кружке, секции? Это отвлечет подростка от дурных дел и заставит гордиться своими успехами. И, как знать, поможет определиться с будущей профессией.

 **ВНИМАНИЕ, УДЕЛЯЙТЕ ПОДРОСТКУ, ВНИМАНИЕ**!

**Универсальные советы на каждый день.**

•  **Помните,** что дурные поступки не всегда являются отражением внутреннего мира подростка.

•    **Сопереживайте,** не высмеивайте и не отталкивайте в минуты откровенности.
•    **Старайтесь проводить время вместе.** Только не сидите молча у телевизора, а займитесь интересным делом для подростка. Например, сыграйте в баскетбол или спойте под гитару.
•    **Не вмешивайтесь в занятия,** с которыми он справляется и без вас, не навязывайте свое мнение по любому вопросу, не критикуйте.
•    **Помогайте,** когда он просит вас об этом.
•    **Поддерживайте** даже самые ничтожные успехи во всем - в учебе, спорте и т. д.
•    **Делитесь** своими чувствами.
•    **Разрешайте** конфликты мирным путем. Не давайте волю слезам, крикам, угрозам.
•    **Чаще используйте приветливые фразы.** Например: «Мне хорошо с тобой», «Я рада тебя видеть», «Мне нравится, как ты...», «Я по тебе соскучилась», «Давай (посидим, поделаем...) вместе», «Ты, конечно, справишься», «Как хорошо, что ты у нас есть»...
•    **Обнимайтесь!** Не менее четырех, а лучше восьми раз в день. В проявлениях родительской ласки «взрослые» подростки нуждаются порой отчаяннее, чем крохотные карапузы. Да, подросшие дети - не подарки. Очень сложно порой вести себя с ними сдержанно и спокойно. Но важно помнить мудрые слова: «И это пройдет». Возьмите за правило, ложась спать, анализировать прожитый день. Мысленно отмечайте ошибки в общении с подростком, старайтесь спрогнозировать его поведение. Такая предсказуемость поможет спокойному и доброжелательному общению. Тогда, став действительно взрослым человеком, он не потеряет уверенности в том, что лучшие друзья - это родители. Ведь именно они в трудную минуту поддержали, смогли понять и принять.
 Наградой вам будут доверие, уважение и любовь. А это так важно, когда на пороге маячит старость...